



На відміну від хронологічного віку (ХВ), який у всіх народжених в один час людей однаковий, БВ може значно відрізнятись і характеризує темп старіння.

Процеси старіння протікають нерівномірно і це залежить від багатьох чинників. Наприклад, у 75-річній людини у порівнянні з 25–30-річною втрачається 64 % смакових бруньок, 44 % ниркових клубочків, 37 % аксонів у спинномозкових нервах, зменшення життєвої ємності легенів на 44 %, швидкість клублчкової фільтрації на 31 %, кровопостачання мозку на 20 %, швидкість розповсюдження нервового імпульсу на 10 % тощо.

Діагностика прискореного старіння має важливе клінічне значення, бо дозволяє прогнозувати розвиток вікової патології. Крім того, розрахунок БВ використовується для оцінки різних впливів на організм, в тому числі геропротекторів.

Сучасні дослідження демонструють, що біологічний вік є потужним предиктором ризику хронічних захворювань, функціонального зниження, когнітивного старіння та смертності.

Теоретично фізіологічне старіння організму людини і її біологічний вік повинні співпадати. Якщо ж біологічний вік відстає від календарного, то це може свідчити про більшу тривалість життя; якщо ж вони рівні, то відбувається нормальний фізіологічний

процес; якщо ж календарний вік відстає від біологічного — це передчасне старіння.

Передчасне старіння — це коли люди не можуть вважати себе цілковито здоровими, хоча нібито і не хворі по-справжньому, але відчують слабкість і внутрішній дискомфорт.

Ця категорія людей емоційно сприймає навколишній світ, як і у молодості чи дитинстві, інколи глибоко мислять, і в душі відчують себе молодими, разом з тим повноцінно жити і працювати як у молоді роки, вони не можуть. Передчасно старіючі люди швидко стомлюються, відчують слабкість, у них порушується сон, з'являться болі у кінцівках, суглобах, різні больові відчуття в усьому тілі і виникають часті головні болі.

Нині не рідко трапляється, коли таке самопочуття з'являється у зовсім молодих людей (від 17–18 років), звичайно, це явище ненормальне, необхідно запобігати передчасного старіння. Можливо, що не усі ці симптоми можна віднести до поняття передчасне старіння, адже деякі чинники пояснюють синдром хронічної втоми, що також призводить до передчасного старіння.

Глибока перебудова, на шлях якої стало наше суспільство, вимагає суттєвих змін в праці лікаря. Сьогодні в основному ми займаємося лікуванням хворих; суть перебудови в медичній науці і охороні здоров'я повинно заключатися у тому, щоб все більше уваги приділяти здоровим або відносно здоровим людям.

Визначення біологічного віку — це перспективний напрям у персоналізованій медицині, який дозволяє глибше оцінити ризики пацієнта, адаптувати лікувально-профілактичні стратегії та моніторити ефективність втручань. Надійні біомаркери біологічного віку вже зараз можуть бути впроваджені у практику лікарів загальної практики, ендокринологів, геронтологів та терапевтів.



**ІНСТИТУТ ГЕРОНТОЛОГІЇ
імені Д. Ф. Чеботарьова**

МИ ПРОПОНУЄМО РІЗНІ ПРОГРАМИ ОБСТЕЖЕННЯ:

КАРДІО-ЕНДОКРИННИЙ СКРИНІНГ

Оцінка стану серцево-судинної системи, щитоподібної залози, рівня глюкози та інших ключових показників, які впливають на енергетичний баланс, обмін речовин і тривалість життя

ПРОГРАМА ОБСТЕЖЕННЯ «СЕРЦЕ ТА ОБМІН»

НЕЙРОСКРИНІНГ

Перевірка функціонального стану нервової системи, пам'яті, когнітивних функцій та ризиків розвитку нейродегенеративних процесів

ПРОГРАМА ОБСТЕЖЕННЯ «НЕРВОВИЙ РИТМ»

ОЦІНКА ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ

Обстеження кісткової щільності, суглобів, м'язової маси й рухливості — для збереження активності, незалежності й якості життя у будь-якому віці

ПРОГРАМА ОБСТЕЖЕННЯ «ОПОРА ЖИТТЯ»

ГЕРІАТРИЧНИЙ СКРИНІНГ

Спеціальна програма для людей старшого віку, яка включає оцінку фізичного, когнітивного, емоційного та соціального станів — для підтримки самостійності та благополуччя

ПРОГРАМА ОБСТЕЖЕННЯ «СИЛА РОКІВ»

ВИЗНАЧЕННЯ БІОЛОГІЧНОГО ВІКУ

Індивідуальний підхід до оцінки справжнього функціонального віку організму з урахуванням факторів старіння, стилю життя та генетичних ризиків

ПРОГРАМА ОБСТЕЖЕННЯ «БІОЛОГІЧНИЙ ВІК»

ДІАБЕТИЧНА ПОЛІНЕЙРОПАТІЯ: СКРИНІНГ

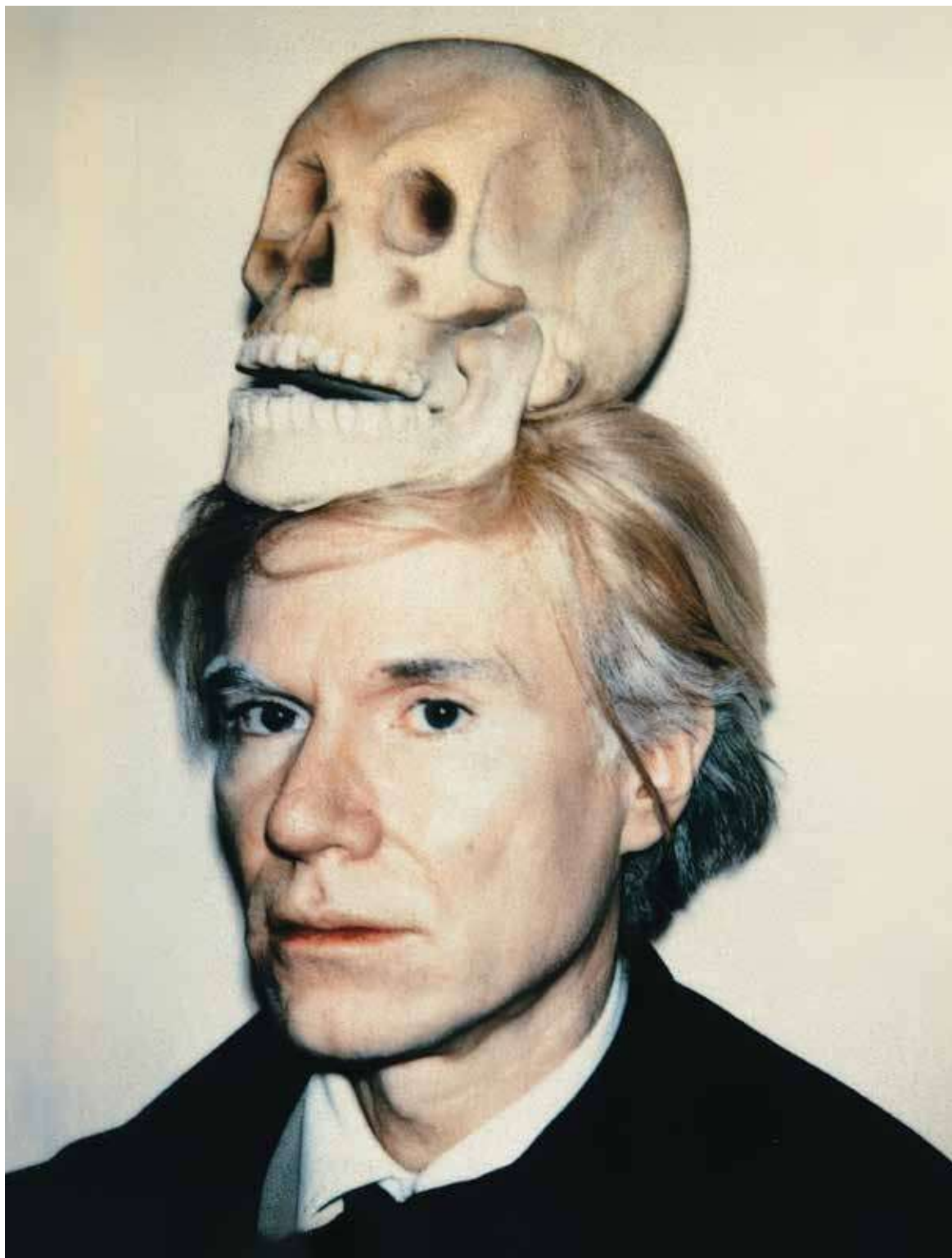
Одноденна програма, яка включає консультацію лікаря, спеціальні тести, лабораторні аналізи, сучасні інструментальні методи дослідження для виявлення наявності ураження нервової системи у пацієнтів з цукровим діабетом.

ДІАГНОСТИКА ЗА 1 ДЕНЬ «ДІАБЕТИЧНА НЕЙРОПАТІЯ»

Телефон для запису: +38 075 3750733

WWW.IG.ORG.UA

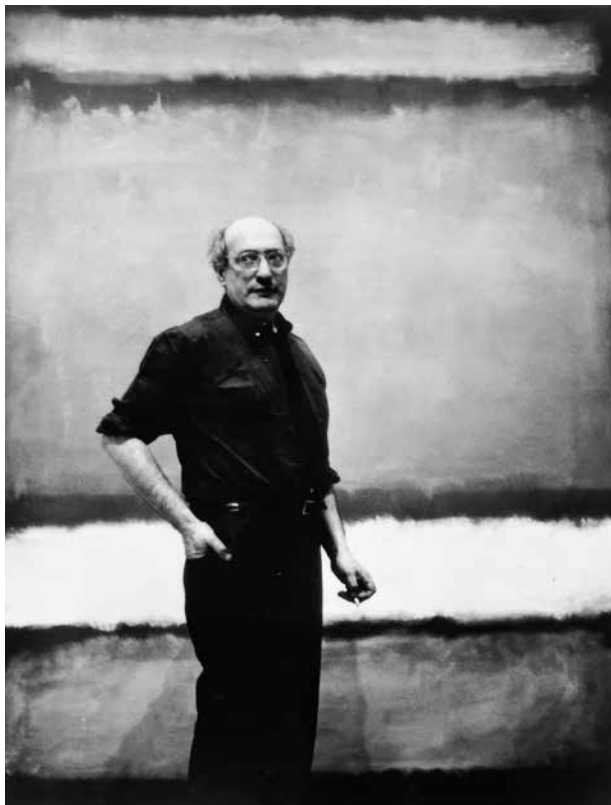
Митці та їх залежності: між натхненням та саморуйнуванням



Енді Воргол



Сальвадор Далі з лупою, 1950



Марк Ротко перед однією зі своїх картин

Алкоголь, антидепресанти, кокаїн... Великі уми часто розглядають речовини, що змінюють свідомість, як джерело натхнення, але, на жаль, деякі великі митці вживали занадто багато цих субстанцій, і це погано закінчувалося. Ось художники, якими ми всі захоплюємося, які вживали наркотики.

Сальвадор Далі

Парадоксально, але ми почнемо з людини, яка не вживала наркотиків. Сальвадор Далі якось сказав: «Я не вживаю наркотики. Я і є наркотики». Дивлячись на його картини, можна запідозрити, що він вживав багато психотропних наркотиків, зокрема ЛСД. Але він мав кілька хитрощів, які робили його більш творчим. Наприклад, Далі сідав у крісло, тримаючи ложку над тарілкою, і дрімав. Коли він засинав, ложка падала на тарілку, створюючи шум, який будив його вчасно, щоб занотувати сюрреалістичні образи, які він бачив у своїх снах. Інколи Далі стояв на голові, доки майже не втрачав свідомість, що давало йому змогу прийти до напівпритомного стану.

Марк Ротко

У 1970 році Марк Ротко, найвідоміший художник-абстракціоніст, наклав на себе руки, передозувавши антидепресанти і порізавши собі руку бритвою. Ротко також багато пив і курих, уникав фізичних вправ і дотримувався нездорової дієти. Його друг описував його як «дуже нервового, худорлявого, неспокійного». Йому було 66 років.

Енді Воргол

Легендарний Енді Воргол часто зловживав препаратом «Обетрол» — таблеткою для схуднення, яка дозволяла йому не спати всю ніч. Разом зі своїми друзями та «суперзірками» зі «Студії 54» він був відомий своїми ліберальними поглядами на наркотики, але Воргол заперечував, що вживав кокаїн, дуже популярний у той час.

Жан-Мішель Баскія

Жан-Мішелю Баскія було 27 років, коли його знайшли мертвим у своїй квартирі в нью-йоркському Іст-Віллідж від передозування героїну. Що ж, це не повинно дивувати, оскільки він стверджував, що вживав до 100 пакетиків героїну за день.

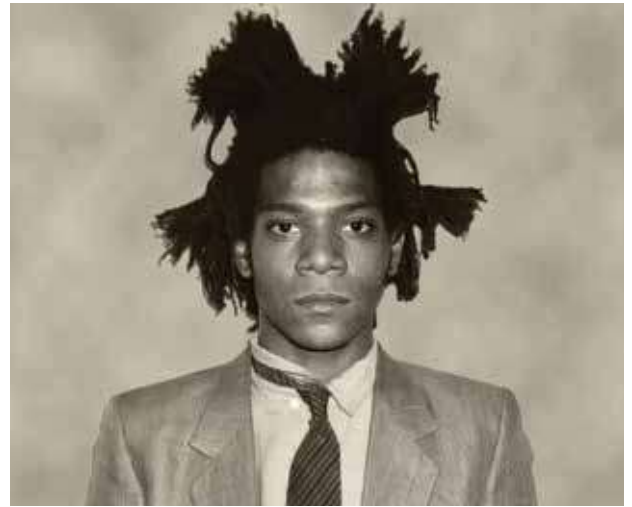
Джексон Поллок

Джексон Поллок був запеклим алкоголіком. 11 серпня він загинув у автокатастрофі в стані сильного алкогольного сп'яніння. Після 22-ї години вечора художник врізався на своєму автомобілі в дерево, менш ніж за милю від свого будинку. Рут Клігман, його тодішня дівчина, була викинута з машини і вижила. Інша пасажирка, Едіт Мецгер, подруга Клігман, загинула, а Поллока підкинуло на 50 футів у повітря і він врізався в березу. Він помер на місці.

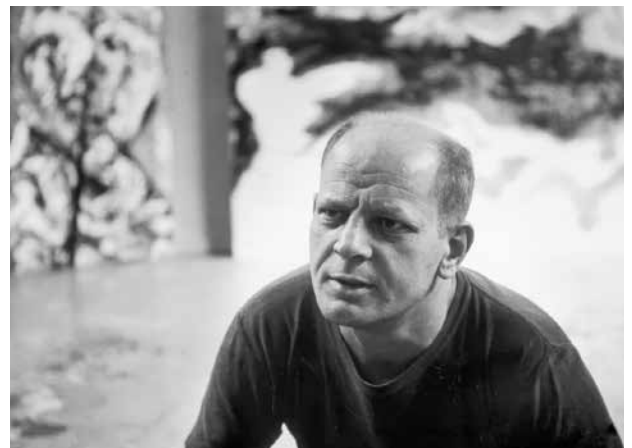
Дем'єн Хьорст

Картини «Spot» Дем'єна Хьорста названі на честь таких наркотиків, як ЛСД, опіум та валіум. Художник зізнався, що мав серйозні проблеми з наркотиками та алкоголем протягом десятирічного періоду з початку 1990-х років. Він писав: «Я почав вживати кокаїн і пити... Я перетворився на лепечучий довбаний уламок». У цей час він був відомий своєю дикою поведінкою та ексцентричними вчинками, серед яких, наприклад, вставляння сигарети в кінець свого пеніса на очах у журналістів.

Підготувала Людмила Брязкало
за матеріалами <https://www.dailyartmagazine.com>



Жан-Мішель Баскія



Джексон Поллок



Дем'єн Хьорст